5.139 Polievka hrachová krémová
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
hrach suchý	2,20	2,20	2,30	2,30	2,50	2,50	2,80	2,80
maslo	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
múka hladká	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50
cesnak	0,10	0,09	0,10	0,09	0,15	0,13	0,15	0,13
mlieko	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00	10,00	10,00
majorán	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05
soľ	0,05	0,05	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Suchý hrach preberieme, umyjeme, namočíme a uvaríme do mäkka. Pridáme mlieko, zahustíme nasucho opraženou múkou a uvaríme. Dochutíme prelisovaným cesnakom, majoránom a soľou. Zjemníme maslom. Varíme 20 minút. Podávame so závarkou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	302	73	2,81	2,5	0,9	8,5	2,0	26,9	0,7	0,142	0,1	0,0	3,0	0,0
B	385	93	3,63	3,1	1,2	11,1	2,5	31,4	0,9	0,159	0,1	0,0	3,7	0,0
C	474	114	4,27	4,1	1,8	13,2	2,9	35,9	1,0	0,177	0,1	0,0	4,0	0,0
D	578	139	5,12	5,2	2,5	15,9	3,5	41,7	1,2	0,194	0,1	0,0	4,7	0,0